

■ 春の公開講演会

こころ医者の仕事（こころの処方箋）



2008年5月23日（金）

18:00～20:00

南山大学 名古屋キャンパス D棟 DB1教室

なだいなだ 氏

（医師・作家）

【司会（アッセマ）】：本日、司会を務めさせていただきます心理人間学科のアッセマ庸代です。それでは、なだいなだ先生のご紹介をさせていただきます。「なだいなだ」という平仮名で書かれているお名前でございますけれども、伺うところによりますと、先生が留学中にスペイン語の詩に出会って共鳴されたという、そういうドラマ、出会いがあったようです。そのときに、ありがとう「グラシアス」って言ったら、どういたしまして「デ・ナダ」って言う、そのスペイン語に出会われて、「なだ」というのを非常に洗練された意義にお取りになりながら筆名にされたそうです。

ご経歴は皆さんご覧の通りでございますけれども、早い時期の給費留学生として、初めて精神医学の盛んなフランスで神経学をお学びになったということで、それを日本の医学、医者の世界において非常に先駆的になさったご経験があります。

そして、年齢をカウントさせていただくと、ちょうど来年が80才ということでございまして、私などは親と同世代という、何か非常に自由な人間の見方をされながら、いろいろな時代を見据えていらっしゃる、そういう今お考えのなだいなだ先生のご指導に触れられたらと思っております。では先生、よろしくお願いたします。

【なだ】：皆さん、こんばんは。今、紹介していただきましたなだです。ぼくは振り返ってみるとあれは病気だったなと思う時があります。女性恐怖でした。女性が恐かったですよね。苦手だった。まともに口が聞けなかった、女性の前に出ると真赤になってしまう。話したいという気持ちはあるんだけど、口が麻痺してしまって聞けなくなっちゃう。それで、話をしないでそっぽを向いて逃げちゃうというような、行動をとるところがあったんです。でもそのあと記憶がぬけて、しばらくして気が付いてみたら結婚していて、その相手が結構恐

い。女性恐怖というのは、女性は恐くないはずなのに怖いだから病気だと思っていたんですけど、女性というのは怖いもんだなと分かってから、病気でも何でもないと思いにしなくなった。当たり前のことが当たり前と分かったんだから、病気でも何でもないと思うようになりました。私の家内、結構怖いんですよ。いつも叱られてばかりいます。

それに相手が、男でも人間関係はうまく取れなかった方ですね。ことに上の人とは、いつも衝突ばかりしていた、喧嘩するんです。だから最初に勤めた病院も院長と喧嘩をして首を切られて、それで行く所がないので久里浜というところに行った。みんなが嫌がって行かない。そういう所しかおまえの行く場所は無いと説得されて、そこに行ったんです。そこが日本で初めてアルコール依存の患者を40人まとめて診るという、病棟だった。

それまでアルコール依存の患者さんたちは、分散収容とあって、精神病院の中にあっちに2人、こっちに3人とバラバラ入院させられていた。集まると悪いことをするから、3人以上まとめないことが鉄則だったんですね。

なぜ3人以上でいけないんですかって先輩に聞いたら、「三人寄れば文殊の知恵」で、悪知恵を絞って病院から逃げ出す。全然医学的でないですね。確かにすごい知恵が3人寄ると出るんですよ。逃げようと思うと本当にあらゆる手段を使いますよね。

そういう時代に、どういうわけか40人もまとめて診る専門病棟というのを作るということになった。誰が言い出したかっていうと、キリスト教系の国会議員たちです。

東京オリンピックが始まるという頃、日本の街に酔っ払いがウヨウヨしているのはちょっと格好が悪いから、強制的に24時間収容してよろしいという、法律（軽犯罪法）を作ったんですね。そして、あちこちの警察署に、トラ箱と称する酔っ払い専門の収容ボックスみたいなものを作ったんです。

でも、それだけでは何遍そのボックスに収容しても、表に出せば酒を飲んでいるばかりだ。そういう者をまとめて見る専門の施設がなければいけないというので、議員の人たちはそういう病院を作れと国に命じたんです。

ところが、日本のあらゆる精神科の病院はみんな断ったんです。そんなものはうちにはいらなくて。担当する人間もないからって断ったんですね。その結果、久里浜病院に白羽の矢が立った。本当は結核療養所です。結核療養所の片隅に、結核と精神科の病気を併発した患者さんのための70床ぐらいの附属精神科があったんですね。そこに併設することになった。

結核療養所は患者さんが減ってきて斜陽の時代だったんですね。それで病院の方もこのままでいったら潰されてしまう。それよりは入院要求のある精神科に転換しようという気持ちで受けたんです。受けたけれどやって来てくれる医者がないので医者を一生懸命探していて、それで前の病院で院長とケンカして首になったぼくが行くことになった。一人で喧嘩したんじゃないんですよ。

6人まとまって院長と喧嘩をした。

ただ、ぼくが主謀者みたいに思われたんですね。みながぼくに同情して喧嘩してくれた面もある。その病院の院長というのは、ノーベル医学賞を取りたい研究マニアでしてね。当時、精神分裂病と呼ばれていた病気の原因を発見したらもうノーベル医学賞間違いなしと考えた。

それで原因をどうやって見つけようとしたかということ、患者さんのオシッコの中にある物質を分析すれば原因が分かるのではないかと考えた。それで患者さんのオシッコをぼくたちに集めさせたんですね。

オシッコなんかで頭の病気が分かるかと呟きながら、院長命令だから仕方ないからオシッコ集めたりなんかしていた。一方、北杜夫という悪い仲間が、彼が医学部の同窓会雑誌という、医局の同窓会の会員だけに見せる内部の雑誌を編集して、そこに精神科医、一刀斎を登場させた。虱のたかった、浮浪者か浪人か分からないようなあやしげな人物を登場させて、それで作者交代って私に廻してきたんです。廻してくる直前に、こういうむさ苦しいのは早くどこかに出張させてしまえということになって、一刀斎は月に出張することになったと。そこで、小説の第1回を終えて、そして私に、第2回作者「なだいなだ」に廻してきた。

月に行って一体何するか。月の精神病院？ かつては月にふれると精神病になるという迷信があって、病者をルナティックと呼ぶこともあった。それで月には病人がうようよいると思ったが、一刀斎が月に行ったら人間がいなかった。ウサギもいなかった。でも、なんかナメクジのような、ミミズのような生物がいるだけ。でもそれをどうやって診断するか。診断のしようがない。だが一刀斎はいいものを見つけた。それは某病院で開発したオシッコで精神病を診断する試薬。これがあればなめくじだって精神の診断はできる、と。それで精神科医、一刀斎は無事役目を果たしたという、そういう話を書いちゃったんです。

そうしたら、みんな喜んでくれたんですね、ゲラゲラ笑って。しかし、一人笑わなかった。それがぼくの病院の院長ですね。私を笑いものにした、我が病院、我が研究所を笑いものにしたといって私を首に。ところがそれまで笑っていた他の病院の院長たちも、院長と喧嘩するような奴は困るなんて言って、迎えてくれない。

また、ぼくがクビになった病院では組合ができちゃった。ぼくは、組合の委員長かなんかに推挙されちゃったりしたもんですから、もう赤というレッテルをベッタリと貼られて、そしてもう行き先がなかったんです。それで、しょうがないから、みんなが行かないからおまえ行けって教授からいわれてアルコールセンターに行った。

仕方なしに行ったんですね。それまでアルコール依存は何人か診ていたけれど、みんなお酒飲み続けている。一人として治った人間はいない。その人間に日本で最初の専門病棟の責任者になれっていうんですから教授も無責任です

よ。

その教授、今なら平気で言えるんですけど、「躁うつ病」だったんですね。結構いるんですよ、医者で躁うつ病の人。

北杜夫なんか躁うつ病ですね。自分のエッセイの中に書いているんですからね。間違いなく躁うつ病です。その教授も躁うつ病で、調子が高かった。「先生、私は今まで一人も治したことないんだけど、そんな人間をアルコールセンターの責任者にしているんですか、私はヤブ医者って言われるのはいいけれど、詐欺医者とは言われたくない」とぼくが言うと直ぐに返してきた。「おまえはサギともカラスとも言われたいから安心しろ」と。それで、「どうしてですか」って言ったら、「アルコール依存を治せる人間、酒飲みに酒をやめさせることのできるものなんているものか。あれは、そもそも治らん病気だ」って。「おまえは治せなくても、ほかのみんなも治せないんだから、おまえだけが非難されることはない。だから、安心して行け」って言うんですよ。

そう言われると逃げ道が無くって、それで仕方無しに行ったわけですね。行く前に、ご褒美みたいに「フランスに留学させてやるから、ヨーロッパずっと廻って、アルコール依存の治療を各国でやっているのを見てこい」と言われて、あちらこちら遍歴をして見てきたんですね。

それは結構楽しい旅行だった。何しろ、共産圏なんていう所へ入れたんです。チェコのプラハという所に行ったんです。日本人は普通だったら入れないような所ですけど、私は1964年にプラハに行ったんです。プラハのスカラ先生という先生に出会って、その人の治療などを見てきたんですね。

それからフィンランドにも行きました。今でこそフィンランドは教育のレベルが世界で一番なんていわれて有名ですけど、その頃は、名前さえ正しく知られていない国だったです。

そもそもフィンランドという名前は、あれはフィンランドの90%の人たちが使っているフィン人の呼び名じゃないんです。本当は「スオミ」って言います。つまりあそこの人たちの言葉、人口の95%のフィン族の言葉ではそうなんです。そして5%がスウェーデン人。昔はスウェーデンが支配していた。その人たちがフィン人の国という意見でつけたスウェーデン語の名がフィンランド。

スウェーデンの支配を逃れたら、今度ロシアに占領されて、そして1914年になって初めて独立を勝ち取ったというわけですね。でも、その5%のスウェーデン人と95%のフィン人、あとほんのわずかラップランドに住むエスキモー系の人たちが住んでいるわけですね。そのフィンランドという国、国連でもスオミという名前を認めてくれてないんだから、彼らにとってはなんか複雑な気分ですよ。

リパブリック・オブ・フィンランドというのが国連の正式の名前です。スオミが本当の名前です。「湖の国」という意味だけれど、とてもきれいな言葉じゃないですか。そういう所にも行ったんですね。

面白かったけど、あまり勉強にならなかった。というのは、飲むお酒も違うし、飲み方も違う。ほかにもいろいろと違ったところがありますから。アルコール依存というのはその国その国で定義さえも違うんです。ということがよく分かりましたよ。

定義がどんなふうに違うのかって言いますと、フィンランドの定義なんていうのはもう乱暴なんですよ。トラ箱に1年の間、3回ぶち込まれたらアルコール依存って言うんですよ。治療を受けなければいけないと命令がくる。なんて厳しいんだ。日本なんか、そんなこと言っていたら、日本中アルコール依存で溢れちゃう。でもフィンランドはそれで納得できる。

「おまえ、夏に来たから分からないのだけれど、冬、酔っ払って外で寝転んだら、すぐ死んじゃうんだよ」って説明されると分かる。つまり自分の命をそこまで危険にさらすようなことを3回もするようだったら病気と認定せざるを得ないということです。なるほどねと思います。とにかくそういうことをいろいろと楽しく勉強して日本に戻った。

さて、どうするか。治らないと教授が断言した病気をどうしたらいいか。答はすぐ出た。じゃあ、治さないことにしよう。治らないものを治そうと無駄にエネルギーを使うよりは、治さないことにしよう。しかし、専門病棟という名前にひかれて患者はどんどん連れてこられる。日本国中から、なにしろ日本で最初のアルコールの専門病棟って看板が出ている。

それで連れてこられてぼくを見るのだが、駄目な医者だとはつゆほども思わなかった。専門家にしたら、少し若過ぎるなどは思ったでしょう。33才だったですよ、ぼく。

そのときから少しずつ勉強したんです。勉強するっていうより、自然に分かってきた。たとえば、アルコール依存と診断するのは専門医の自分ではないということ。

普通、専門というのは難しい病気を知っているものです。ほかの人たちは知らないんだけど、「これはこういう病気だよ」と見つけてやるのが優れた専門医だと思いますよね。それで、私なんかも、そういう専門医のイメージを頭に描いていました。

例えば、顔中赤いブツブツが出て、原因が何か分からない。神経も侵されている。日本ではあまり見掛けない病気を持った人が来る。それを見て、これはペラグラだと分かる。それが専門医だ。ビタミンB6というのが不足すると起こる病気です。とうもろこしの食べ過ぎで起こるんですね。そういう珍しい病気が分かるのが専門医だと思っていた。

ところが、アルコール依存の専門というのは全然違うんです。「これからアルコール依存を一人連れて行きます」って向こうが言ってくるんです。それで、「間違いはないですか」って念を押すと「間違いありません」と断言される。あまり医者でも看護師さんでもないような、そんな感じのする人なんで、「あな

たは誰ですか」って言ったら、「私は妻です」。

「ああ、奥さんはお医者さんですか」「いや、私は医者でも何でもありません。だけども、うちの亭主がアル中であるっていうことは間違いありません。太鼓判を押します」。素人が太鼓判を押してくれるんですよ。

私が、「こんなのアル中かな」ってつぶやいていると（その頃はそういう病名でしたから）それが耳に入っただけで、カッと目が開いて、やはり女性は恐いんですよね。「間違いありませんっ」て言われちゃいます。「そうですかー」、専門医が「これがアル中ですか」とすごすご引き下がる。そんな状況でした。

しかし、昔、病気の診断は大体はそういうかたちを取っていたんです。今は統合失調症だとか何とか難しい病名を使うようになりましたけれども、昔はそういう病気が一切なくて、憑きものがつくのが病気だったんです。キツネが憑いたとか、悪魔が憑いたとかいうわけです。

この狐憑きというのは、1950年前後から日本ではすっかり消えてなくなったんですけど、その最後の一例と思われる例を慶応の信濃町の外来でぼくが見たんです。芸者さんで二号さんか何かになっていて、「狐が憑いた」と言って、その旦那の手首や二の腕だとか、そういうところに噛みついたので、旦那が血だらけになりながら、「先生、先生、狐が憑いた」って連れて来たんですね。

そして、一緒にきた芸者さんの友達もみんな「狐が憑いた、狐が憑いた」って言っていた。ぼくが、狐憑きって診断する必要ないんです。それで「どうして分かるの？」って尋ねると「だって狐が憑いたんだもん」。「どこで憑いたの」「お稲荷さんで」。お稲荷さんに参詣している途中から始まったって言うんですね。

狐憑きっていう診断は簡単に付けられて、他の病気ではないか、と疑うものは一人もいなかった。でも、その狐憑きは簡単に良くなったんですね。電気ショック一発できれいに治ってしまった。

「どうしたの？」って聞くと「狐さんも電気には叶わねえ。コンコンって逃げていきました」と患者さん自身が言うんです。憑きものが落ちるっていうのはこういうものかって思いました。つまり、昔の精神科の病気はそういうものだったのです。

狐憑きは文化が作った病気です。日本人は狐憑き。ほかの病気は無いんです。キツネって怖い、騙すというふうに思っていると、それに化かされる。化かされるとか、自分に取り憑くだとか、そういう恐怖心を持つ。すると、暗示にかかって、原始ヒステリーという現象なんですけど、そういう病気になる。暴れ回ったり、暴力を振るったりするようなこともあるわけですね。

これは迷信が作った病気だから、迷信で治せた。宗教でお呪いだとかお払いだとか、そういうことで治っていたんですね。実はほかの病気も、治らない病気もたくさんあったんだろうけれど、迷信で作られた少なくとも半分の病気は良くなっていた。今では効きませんが、当時はお払いというのは効くものだった

た。

そういうふうみんなが持っていた共通の基盤を近代に入ると失っていく。「あんなものは迷信だよ」なんてみんなが言うようになると、細かく細かく自分だけが信じるものを持つように、人間が個別化していく。そして、いつの間にか孤独に病気になるようになっていったわけですね。だから一人一人の心の中に降りて行って病気を見つけなければならなくなった。

そういういろんな思いが病気の中心になっていったわけですけど、アルコール依存とはその中で、まだ共通認識の持てる病気だったんですね。

私はアルコール依存を治療するようになってから、そういうことに初めて気が付いた。一方で精神科の病気に薬が効くようになって、診断をして、「はい、じゃあ、この薬を飲んで、また一週間したら来て下さい」というスタイルで治療することが可能になっていった。

私も最初の病院にいたときは、そういうスタイルで医者をやっていたわけです。ところがアルコール依存は薬の効かない病気です。薬でお酒をやめさせるなんてことはできません。それを診せられることになったわけです。どうしたらいいか考えざるを得ないじゃないですか。治らないなら、患者をいつまでも閉じこめておくか。それも大変だ。そこで逃げたい人は逃げてもらおうと考えるようになった。

それまでは、閉じ込めてお酒を切ろうと考えていた。ところが、閉じ込めると無理矢理お酒をやめさせることになりますよね。飲もうと思っても飲めないんだから。逃げたくなるのも当然です。そこで一病棟3人以下に分散させていた。3人でも患者さんが逃げるっていう騒ぎがあるのに、40人も入れたら暴動が起きるんじゃないか。鍵で閉じ込めておいたらね。そして夜勤の看護師さんの鍵を盗んで逃げてしまうんじゃないかって。そんな当直の看護師さんに危ない目に合わせては申し訳がない。それよりも逃げたい人は逃げてもらおう。鍵を開けて逃げたい人は逃がすという方針を立てた。それが病棟開放です。

それで逃げてもらおうとしたのですが、逃げてくれない。それで、「どうして逃げないんだろう」って議論した。看護師さんがいうには、久里浜は三浦半島東京湾の出口の小さな半島の突端にある。ペリーが上陸した所です。東京まで電車で一時間半。病院から逃げたって電車賃が無ければどこにも行けない。東京に戻るにもかなり高い電車賃がいる。「だから、お金を持たせなかったら逃げられませんよ」。

そこで、「じゃあ、そうだったら電車賃を持たせよう」ということになった。そうすると院長だとか事務長から「足代だってお金だし、お酒の代金もお金なんだから、お金など持たせたらすぐに酒飲んじゃうじゃないか」と猛反対されたけど、それでもお金を持たせたんです。

入院中の精神科の患者さんにお金を持たせたのは、ぼくたちが日本で最初。これだけは自慢です。なんでも日本初めてというのは気分がいいですね。そ

れでお金を渡した。それでも逃げない。

なぜだろうと思って首をひねっていると、あっちこっちの病院を軒並み逃げてきたっていう剛の者が入院してきたんですね。非常に有名な病院も入れて、5つの病院の名前を挙げて「みんな窓から退院した」と座談会の席で言ったのです。

座談会は患者さん同士も、医師、看護師と患者、お互い同士知り合えるように開いていた。それが治療になるなんて思わずやっていたんですね。

やると結構面白い。みんな不思議なことにアルコール依存の人たちは自分がいかに悪か自慢をするんですよね。病気がいかに重いかを自慢しているみたいなもんです。いかに悪いことをやってきたか自慢をする。

人間というのは自慢するものがある方がいいですよ。全然無いよりは。何か悪いことでも自慢の種があるっていいんです。それで、彼は座談会でこれまでどの病院も窓格子を破って退院してきたと自慢した。

そう言われたので、この人は絶対逃げると思ったんですね。でもその彼も逃げてくれない。それで、逃げないのなら追い出すことにした。何しろ入りたいたいという人はたくさんいるもんだから、3か月で交代してもらおうということになって、入院したときから3か月と退院の日まで決まる。そういうことにした。

「治って帰るんじゃないよ。アルコール依存なんて治らないんだから、ただここでお酒をやめる生活を少し味わうことで、それが何かの役に立てばいいぐらいの感じでした。大して期待しないでくれ」なんて3か月で帰っていたわけです。3か月という期限を切ったこと、あとでそれに意味があったということが分かりました。

人間というのは期限を決めると逆算するんです。100日・99日・98日、なんていって、こう減っていくように数える。そうすると不自由だと思っても、あと20日で出られると思えば我慢できる。最後の1月を切ってから逃げ出したら、元も子も無くしたような感じがするんで、逃げないでいられる。

その人も逃げないでずっといた。そしてみんなにあいさつした。「今まで精神病院を玄関から退院したこと無かったけど、今日は初めての体験です。玄関から出ます」その彼に、「なぜ逃げなかった？」と聞いたのです。

すると「先生、馬鹿じゃないですか」。「なぜ？」「こんな病院は日本に2つとありませんよ。アルコール依存の患者を扉を開けて、『出入り自由ですよ』って言ってくれるような病院、お金まで持たしてくれる病院、そういう所はほかにありませんよ。ここから逃げて鍵のかかる病院には行きたくないです」。そう言われてなるほどと分かりました。

こっちはただ逃げてほしいという気持ちだけだったのに、患者さんはそんな風に受けとめたのか。「ほかの病院に入るのは嫌。しかし、アルコール依存というのは、今までの自分の経験からすれば、すぐに治るようなものではない。それなら、この病院、この先生と一生付き合うことにする」って言われた時は、

「うっひゃーっ。この人と一生付き合うのかあ」。そう思った。でも、そんな顔はできないしね。「そうかあ、一生かあ、好かれたもんだな」なんて言いながら。

今までの精神病院で治療してきたときと、患者さんとの関係が、はっきりと違ってきたということが分かったわけですね。というのは、それまでは無理矢理、患者さんを閉じ込めてきた。家族の言うことだけを聞いて、「どうしようもない。駄目な人間だから鍵の掛かる病院にぶち込んでくださいよ。そうでもなければうちの亭主なんか懲りないんだから」とか何とか言われて、「そうだな」って本人をぶち込んだわけですよ。

そうすると、「先生は家族とグルになってこんな所にぶち込みやがって」恨みばかり。「もう二度とこんな所に来るものか」そう言われれば「こっちだってお前とは二度と会いたくない」といいたくなる。それが今度は、「一生お願いします」って言われるようになった。これは困ったことになったと思ったけれど、一生付き合うって言われたら、一生の目で患者さん全体を診るようになったのです。

例えば、やってきたアルコール依存の患者の100人全員が、何かの治療をしたら、もう一生お酒を飲まない人間にパッと変われるか、治ってしまうか。もしあったら奇跡じゃないか。そもそも一生飲まないなんてことは、今、分からないはずですよ。一生を終わらないと言えることじゃない。

私たちは治してやるって言うときには、一生飲まないような人間に変えてやるつもりでいるわけですね。しかし、それはおかしい。それは奇跡を起こすようなものです。イエスならばできたかもしれないけど、私にはできるはずがない。生身の人間がやる仕事として一番成功した場合だって、そのままずっとお酒を飲まないのは一割くらいであろう。また逆に1割の人間は出たら、すぐに飲むであろう。その両極端の間に中間の人がいるであろう。それは、ある期間飲まないでいる。それが1か月の人もいれば、2か月の人もいれば、3か月の人もいる。だがまた飲む。そういう人たちに分かれる。大体、そういうふうになって当りまえだと見えている。

実際、退院してから、1か月して、「先生、飲んじゃった」なんてやって来ます。「大丈夫ですよ、先生。まだ、やめてますよ」。誇らしげに自慢する人もいます。しかし、だいたいそういう割合に収まる。

私が言うべきじゃなかったことを言って失敗した患者さんがいます。沖仲仕という、もう今は無くなっちゃった商売をしていた。

昔は船が沖合に停泊して、そこにはしけで寄って行って、そして、荷物をそのはしけに降ろして、そのはしけを岸に付けて、荷物を倉庫まで運び込むという職業です。仕事している最中から焼酎などを飲んでる人たちが多かった職種です。倉庫なんかはもう、アルコールの臭いがムンムンするんですよ。その彼に言ったんです。

「おまえさん、この病院を出て、すぐにまた沖仲仕の仕事やるのか。やったらすぐ病院に戻って来るから、もう布団なんか置いていけ。洗面具も」。その頃は、洗面器なんか、持ち込んで入院したんです。「そんなの持って帰る必要ない。すぐに来るんだろうから、布団も何もみんな預かってやる、そこに置いてけ」なんて言ったんですよね。「でなかったら、職業を変えろ、お酒から遠ざかった職業に変えたらどうか」そう言っちゃった。「先生、俺には学問も無いし何も無いし、これ以外にできる仕事はないんだし、絶対にほかに仕事なんか見つからない。また沖仲仕やる」彼は拒否した。そこで「布団置いてけ」のセリフになったんです。そうしたら、1年経ったときに会いに来て、「先生、布団まだ置いてあるけれど、この1年全然一滴も飲んでないぞ」。

2年目。こっちは忘れてる、しかし彼が来て、あっ、もう2年たったかって分かる。ピッタリ、その日に来るから。

そして、私が結構有名になって、朝日新聞社のアラスカっていうレストランで食事していたときあるんですね。ぼくが朝日ジャーナルに書いていた時代がありまして、そのときにレストランにパタパタパタパタって、ゴムぞうりの音がして、「先生、面会の方が来られましたよ」って店の人が言う。そのゴムぞうりを履いた大きな足の人のが彼なんです。「先生、まだ飲んでいない。」もう参ったですよ。「もう君が断酒できることは分かった。洗面具も持っていけ。」「いや、絶対に毎年行きます」って。そういう人もいるわけです。

とにかく、一生の付き合いの目で診ると、優等生もいれば、劣等生もいる、真ん中の人たちもいる。そして真ん中の人たち、劣等生って言われている人たちを、もうちょっと頑張れるようにする。それが仕事なんです。1か月しか頑張れなかった人間を2か月飲まないようにする、それが仕事。そういうふうに見えるようになったんです。価値観が変わってきたんです。

それで、例えば世の中の人には絶対の物差しで測る。すると治ったか治らないかという物差しでしか人間は見ない。3か月してお酒を飲んじゃった人間も、1年飲まなかった人間もいる。中には10年頑張っていたけれどまた飲んじゃったって人もいる。そういうのを見て「やっぱりアル中は治らない」というふうに結論付けてしまう。

逆に物差しを取れば、10年というのは立派なものなんです。そうすると、私がお酒を飲んだ患者さんに、「先生、また、飲んじゃった」とやって来る人たちに言うセリフも変わってきました。

例えば、家族が、「先生、やっぱりアル中は治りませんね。今度はいいと思ったけれど、たったの3か月しか続かなかった。ほかの人はもう6か月やめている人もいる。1年やめているって人もいる。それなのに家の亭主はたったの3か月」って。たったの3か月って人は、何を物差しにしているか。1年やめている人、10年やめている人、20年やめている人、そういう人たち。それを物差しにして測っている。だからたったの3か月。たったの3か月と言わ

れた本人は、その3か月を、結構努力して乗り越えてきたんです。物差しを変えればそれが見えてきます。

この「たったの3か月」というセリフ。これを言っちゃいけない。では、このセリフは他人と比較をするから出てくる。あそこに1年やめている人がいる、2年やめている人がいる。それと比べて、あなたはたったの3か月。たったというのはそういう比較からくる副詞ですよ。

たったの3か月じゃなければ、何と言えよ。いい。「よく3か月頑張れたね」って言えばいい。それには、自分自身と比較させればいいわけです。「あんた今まで最高何日やめたことがあった？」と聞くと、「3日です、先生」。「3日しかやめられなかった人間が、今回3か月頑張れたのか。それは、なかなか立派なもんだ」と言えます。本人が「いえ、そんな、たったの3か月で誉められちゃあ」と本人が言ってくれるわけですね。同じセリフでも本人の口から言わせるか、こちらが言っちゃうか、大きな違いがある。

それに気がついて、私はともかく誉めるようになった。今まで最高何日やめられたか、3日。3日が今回は3か月、すごいじゃないか。そういうようになったのです。

その方が、「たったの3か月しかできなかった」「おまえはなんて意志が弱いんだ」と言うよりは、本人との人間関係がスムーズにできます。

そのことを次第に知るようになってきて、アルコール依存は人間全体に通じることと考え、アルコールだけの問題じゃないと思うようになりました。

教育だってそうです。「よその何ちゃんは勉強がよくできる。見習いなさい」あるいは、「兄ちゃんと言わないでも勉強して成績がいいのに、あんたはいわなくちゃ勉強しない」と言って、弟を責めたり妹を責めたりする親がいるでしょう。その人が、「おまえさん、この前の成績はどうだった？ それと較べると素晴らしい。勉強したね」と言ってやったほうが、自信がついてきます。同じようなことなのです。

でも、アルコールの患者さんと付き合ったから、そういうことを知るわけです。これは、いろいろな方面で応用できることです。

そればかりではなく、例えば、心理学で使っている言葉の中に、いい加減な、あいまいな言葉がたくさんあることに気が付きます。例えば有名なドイツの精神医学者でクルト・シュナイダーという人がいますが、その人は「意志薄弱人」などというカテゴリーを作りました。今でもその本は精神科医の間では名著とされているのです。でも、意志薄弱人なんているのでしょうか。

「おまえは意志薄弱だ」そう診断する人がよくいます。意志薄弱型精神病質なんていう診断を付けている人だっていたのですから。今までのアルコール依存の人のカルテを調べると、そう診断されているのがたくさん見つかります。

意志が弱いって一体何でしょう。意志が弱いだから意志を強くしろといます。そんなことできるのでしょうか。意志をしっかりとって、酒をやめなさい

いなんてお説教をする人がいるのです。医者でも言っているのです。「おまえは意志が弱いなあ、もう少し意志を強く持て」なんて言っているのですね。

ぼくの患者さんの平均年齢は50才を超えていました。50才、その頃は55才で定年という時代です。定年間際まで意志が弱い人間を、お説教をしたら一日で意志が強くなってしまふなんて可能でしょうか。そんなふうに変えることができるか。できやしないです。だから意志が弱いままで、お酒をやめることができない限り、その人はお酒から離れることはできないわけです。

意志が強いとか意志が弱いとかというのは、結果を見て言うだけのことです。目の前の人間が、本当に意志が強いのか意志が弱いかなんて分かるわけがないのです。やらせてみなければ分からないということです。

難しさにもいろいろあります。例えば、おまえも人間、オリンピックの選手も人間、同じ人間なんだから、努力をして訓練をして、練習を繰り返してオリンピックの選手に勝ってみせろと言われても、私はやりません。あんなすごい体をした人間と勝負になるはずがない。これは難しいというより不可能です。

もう一つ別の難しさがある。それは、毎日の積み重ねの難しさです。10円を1年貯金するという難しさ。1日はだれでもできることです。今日、1日貯金箱に10円を入れられないほど貧乏な人はいない。できないことではない。しかし、それを毎日毎日忘れず忘れず、365日続けることのできる人間というのは、意外と少ない。やらせてみるとほとんどの人ができない。途中で穴を空けます。そういう難しさがあります。

お酒をやめていくという難しさは、その、毎日毎日毎日を積み上げていく難しさです。そういう難しさを克服していくには、一体どうしたらいいか考えます。

それは独りでは難しい。グループでいっしょに支え合って続けていくのがいい。

私がそう考えたとき、うまい具合に自助努力で自分たちで頑張ろうという断酒会だとかAAだとかそういうものが、日本に広まっていた。日本に広めたのは私たちだと言うこともできますが。

というのは、私たちの病院には全国から患者さんがきていた。全国区だった専門病棟は日本に一つしかなかった。退院するとあっちこちに散らばるわけです。散らばった先で断酒会を作ってくれるから全国にそういうものが広がっていった。日本にはAAの前に、AAの影響を受けた、日本全断連という組織ができるのだけれども、最初に会を作った人が松村春繁という人で、この人が私のところに、来てくれたのがきっかけです。高知からやって来て、患者さんに話をさせてくれということです。

その頃、大体精神病院というのは、外の間人間が入って来て、患者さんをかき回されるのは怖いという意識を持っていて、ボランティアの人たちを、断る傾向があったのです。

でもぼくは、何をやっても治らないんだから、話をさせてくれと言うのだからいいだろう、話をしてもらおうよと気軽に受け入れたわけです。そして、いっしょに話を聞いていたら、この人の話が面白いのです。何しろ、ひどいひどいアルコール依存の過去を持っている。それを語るわけです。この人は社会党が「労農党」と言っていた当時の戦後初の書記長をやっていた。そして委員長は、後に高知市長になった氏原という人です。そういう人間です。そして参議院に立候補して、次点で落ちた。惜しいところで落ちた。

選挙運動というと、陣中見舞いと称して菰樽が事務所に送られてくる。それを、みんなといっしょに飲んで、酔いつぶれて運動なんかしない。参議院の次には県会議員に出てそれも落ちて、それから、市議員も落ちて町議員も落ちたと。

最後は、後免町というところの町議員の選挙だったのだけれども、入った票がたったの2票。自分がその1票を入れた。残りの1票はだれが入れたのか。奥さんだと思って、お礼を言いに行った。「ありがとう。もう、おまえしか俺に票を入れてくれる人間はいなくなった」と言うと、奥さんが、「馬鹿言いなさい。私はあんたには入れなかった」と。だれが入れたのかと。彼といっしょにただ酒を飲んで酔いつぶれていた運動員が、それもたった一人。運動員は10人もいたのだけれども、その中のたった一人が票を入れてくれた。

母親の死に目には間に合ったのだけれども、「春繁が来ましたよ」「春繁の手も握ってあげてください。長男の春繁です」と言ったら、尿毒症か何かで意識が混濁している臨終の母親が、「何？ 春繁だと。春繁だけは嫌じゃ」と最後の力を振り絞って彼の差し延べた手を振り払った。自分はそういうひどいアル中だった。人でなしだけれども、今は何とかやめていられる。仲間といっしょだからだ。こんな自分でもやめていられるのだから、おまえさんだってやめられないはずはないというような調子で話をする。さすがに話がうまいのです。

みんな食い入るように聞いていて、そして松村イズムにはまって、じゃあ、私もアルコール依存のグループを作っていくというふうに、彼の影響を受けてグループを作っていく。

最近、「こころ医者」と私は言うようになりました。そういう人たちをいうのです。そして、この人たちと病気に対処していくことができなければ、100万人だなんて言われているような患者と向かい合うことはできないだろうと考えています。専門医の数というのは本当に少なかったのです。10年経っても専門医の数が増えなかった。

10年経ったときに私は北海道で講演をしたことがあります。そのときに話をする前に紹介をしてくれた人に、「この人は外見ではそう見えないけれども、アルコールの関係では日本で10本の指に入る医者だ」なんて言われて、「10本の指に入る」、本当かなあと思って数え、9人まで数えたら、10番目に私しかいない。しかし更に考えてみたら、専門医らしい専門医は当時10人しかいなかった。

たのです。どうやったって10番目にはぼくが入るわけです。

しかし、それからさらに30年、今、アルコール学会という500人ぐらい集まります。500人集まるといっても、断酒会員なんかも入っているし、看護師さんも入っているしケースワーカーも入っている。それでも100万人には対処しきれない。元患者さんの団体も全部加わってやらなければ、対応しきれないような患者数なのです。

ですから、これをお医者さんが個人で診療する昔のスタイルで対応しようとしても無理なのです。ともかく専門以外の人にも加わってもらいたいと思う。

加わるには、一番重要なのは何かですが、話を聞くということです。私も、患者さんたちの話を聞くことから始めたわけです。長い付き合いになるのだとしたら、相手がどんな人かを知らないわけにいかないでしょう。今まで何をしてきたのか。今までこうだったああだったと。そういう話を全部聞くことによって相手の人生が見えてくる。

今のこのときの出会いが将来どういう意味合いを持つようになるのか。そういう気持ちで続けていくわけです。

患者さんの話を聞きながら、いろいろなことを教わるのです。本人は教えているつもりはないです。しかし、教わる。ある患者は東大教授に診てもらったと言って自慢していた。

そのときの東大教授は内村鑑三の息子で内村祐之とって、この人は大学を出た途端に教授になってしまうような人です。27才で教授だったかな。北大の教授になる、北大を辞めてから東大に来て、退職するまで教授、そんな人生を送った人です。

内村さんという人は、一高時代には、野球の投手として鳴らした人です。剛球投手で、後にプロ野球のコミッショナーもした。そういう有名な偉い先生なのです。日本一だと自分で称していた。

その内村先生に診てもらったと威張っている。嫌なやつだなあと思ったけれども、彼が言うのです。内村先生さえ、おれの酒は止められなかった。それがおまえに止められるかって。

聞くだけやぼだ。俺にだって止められない。あきらめろと答えました。「あきらめろってどうすればいい」。治らなければ、死ぬだろうと。早く死んだほうが家族のためかもしれないぞなんていい加減に答えていたら、ちょっと入院させてくれというようになった。自分の自発的意志で入院するのは結構だ、どうぞというわけです。

その人が、出てからお酒を飲まないのです。1か月になりました、2か月になりましたってね。今までこんなことはありませんでした、と家族も喜ぶ。今まで最高が3日だったのに、今度はもう2か月になります、3か月になります。そんなことを聞けば、内村先生が治せなかったのを俺が治したということになると、俺のほうが内村先生より上かなんてね。向こうが日本一なら、俺はその

上の日本一、正真正銘の日本一なんて思いたくならないですか。

それで、ニコニコしながら今、酒が止まっているようだが、俺のどこがよかったかと聞いてみたのです。すると、内村先生に会っていたときには、この先生は日本一偉い先生だから、この人の言うとおりにやっていたらいいと思っていたのだけれども駄目だった。ここに来て先生と接しているうちにすぐに分かったと。何が分かったか、悟ったんですよと。自分がしっかりしないとダメだと。それからお酒をやめる気になったと言っていました。

自分が主役だと悟らせることは、えらい内村さんにはできなかったわけです。逆に、私のような冗談を言ったり馬鹿を言ったりしている、軽い医師なら、付き合っていて、頼りない先生だなあ、自分がしっかりしなくては、という気持ちにすることができた。

患者さんがこういう話をしてくれるから、ぼくが余計な話をする必要はない。患者さんの話のほうがかの患者さんたちに素直にスーッと入っていく。医学用語を使って、難しい説明などいらない。

ほかにも、いろいろなことを教えてくれる人がいます。どうしても立ち直れなかった人なのだけれども、他の人たちの参考になる。ある精神病院で会った人です。後輩に頼まれて別の病院で出会った人です。この人は看護師さんから、「先生、あの人は何回入院してもいいわよ」というふうに、好かれているのです。そんな人はアルコール依存では珍しいです。

この人を診察した頃、私はもう既にいろいろな本を書いてアルコール中毒に関する本も結構ベストセラーになっていた時代ですから、彼はそういう本をみんな読んでいた。そして、私が話そうとすると、頭のいい人で、あっ、その先は本にはこうでしたと先回りするのです。アルコール依存で一番みんなが陥る失敗は、「おまえは2杯まではいい酒飲みなのに3杯目を飲むと狂ったようになってしまう。だから2杯でやめておけ」という助言です。言わない方がいい助言です。2杯でやめようと思って飲むのだけれども、2杯飲むと3杯になり、4杯になり、どうしても止まらなくなる。

本の中でこの人たちに説明する。1杯目がなければ2杯目はない。だから3杯目を飲むまいと思ったら、一番確実な方法は、1杯目も飲まないということだと。自動車を運転していると、山に行って右側が崩れていて路肩注意なんていう標識が出ている。あなたは、あの標識の出ているところまで車を近づけようとしませんか。なるべく山際を歩いていくでしょう。

実際に、私たちの知恵ではそういうふうにして危険を避けていくのだけれど、おまえさんに2杯目まではいいだろうというのは、路肩注意のギリギリのところまで車を寄せていいよというものだ。そうやってギリギリのところまで車を寄せても、10遍のうち9遍まではうまくいっても、必ずついには転げ落ちることになる。本にはそんな具体的なことが書いてある。

その患者本を読んで、それをちゃんと知っているんです。「先生、1杯目が

いけないんですよ、2杯目がなければ3杯目はない」なんて言っているのです。知っているのに退院させるとすぐに酒を飲んで酔っぱらって戻ってくるのです。朝出すと昼に戻ってくる。昼に出したら夜12時までにお巡りさんを連れて戻ってくる。お巡りさんに口添えしてもらって再入院する、そういう人です。そして、その人に、「おまえさん、優等生みたいで何でもよく知っているのに、なんで駄目なんだろうね」と言ったら、「優等生だからですよ」と笑うのです。先生は駄目ですね、優等生になれないですねと。凶星だ。どうして分かるんだ。見てりゃあ分かります。先生は大体が復習しても、2度復習すると、3度目はもう嫌になっちゃう人ですよ。4度も5度も復習し直すなんてできないでしょう。そのとおり。

そして、復習はやめて小説なんかを読んでしまうのですね。そうだ、小説を読んで落第したことある。そうでしょう、優等生というのは、決められたことをきちんとできれば優等生にはなれるのです。言われたことをはいはいとやって言うことを聞けばいいのです。でも、先生みたいに反抗していたら駄目。院長と喧嘩をするような人は駄目。なるほどねと思います。

何しろ競争なのだから、人が3遍復習したら、4遍復習する。だれかが4遍復習したと言ったら、5遍復習する。そうしたら、必ず優等生になっていますよと言われて、それは分かったけれども、なぜ優等生が駄目なんだと言ったら、決められたことしかできないからと。

決められたことはちゃんとやります。しかし自分で何をしなければいけないかということになると決められない。まあ、言ってみれば羅針盤がないということです。小さな部屋の真ん中へ行けと言われてたら、右を向いて左を向いて、前を向いて後ろを向いてこの辺と言えば大体真ん中が分かるし、4畳半がちょっと広がって、6畳になっても10畳になっても100畳になっても、右を向いて左を向いて、前を向いて後ろを向いてこの辺で、大体真ん中には行けるでしょう。しかし、太平洋の真ん中に行けと言われてたらどうしますかって。羅針盤がないと駄目だろう。その羅針盤が、私にはない。先生が書いていた自我が確立できていないということですよねと。

そこまでおまえさんは分かっている、なんで駄目なのかよと言ったら、先生の本の中にもう一つ書いてあった。30才までに自我が確立できていないような人は、一生自我を確立できない。あれは書かないほうがよかったと思いました。

しかし、こういう人がいるわけです。優等生になるのではなくて、自分の羅針盤を持つ。他人を見て、右を向いて左を向いて、前を向いて後ろを向いて、そして自分の人生を決めていくのではなくて、自分の人生はこうありたい、どこへ行きたいという目的地を思い描いて、羅針盤を作っていくという、そういう人間でなければいけないのだけれども、優等生にはそれができなかった。

優等生はキャリアになると今度は減点ゲームで出世する。失敗さえしなければ、どんどん出世していく。ところが、人間病気になってみんなから遅れることも

ありますし、家族が病気になって看病のために休み、みんなから遅れることもありますよね。そういうふうにして自分がみんなと一斉に並んで歩いていたのが付いていけなくなった。

そうしたときに、自分自身が分からなくなってしまう、一番いい付き合いの友達がお酒だった。こんな話を聞くと、これ貰ったなんて。私たちの説明よりも、一人の人の話だからほかの患者さんたちにもよく分かります。

ですから、私たちは、みんなこうやって話を聞けば、こころ医者になれると言うんです。精神異常という言葉が悪いので、精神異常とか異常という言葉があると正常というものが価値を持ってきますよね。精神科をやっていると、私は正常ですか、と聞かれることがよくあります。でも注意しなければいけない。代議士だとか偉い人たちなんかは異常だって言われると、怒るんですよ。医者が何でも異常にしてしまう。精神科の医者は何でも人をキチガイにしてしまうなんて言ってすぐ怒る。それなのに、そばににじりよって、私は異常ですか、先生、異常ですかって聞くんです。もううるさいから、「あんた、正常、正常」って答えておきます。

しかし、大切なことは何かと言ったら、正常だなんて、どうでもいいことです。それより、今の自分から更に成長して行かなければいけない。その方が大切です。自分はまだ未熟だという意識を持てば、もっと良くなりたいたいという、そういう目標を持てます。

よくあることで、あの人たちは異常、私は正常というふうに思い込む、異常な人は困ったものだというようなかたちで心の片隅で差別的になっていることですよね。あの人には病気なんだけれど、3年前に会ったときから比べたらすごくよくなったと思えばいいわけです。

近代の精神科の役というのは、病気と思って見ればどんどん病気に見えてくる。そういう問題を随分明るみに出したことにあります。

例えば、フロイトという人が出て来て精神分析を始めたんだけど、役にたった症例というのがあるのです。その中で一番有名なのがこのブローイヤーの患者だったアンナ・Oです。ブローイヤーというのはフロイトからすれば医者としての先輩ですけど、彼がそのアンナ・Oについて書いた症例、しかも「ヒステリー研究」を出す10年前の症例です。その症例を使って精神分析研究という、そういう本が出されるようになるわけだけれど、このアンナ・Oは誰で、どのような人生を辿ったかは知られなかった。知られないようにしていたんです。隠されていたんです。

まあ、プライバシーを侵害しないためという立派な口実もあったけど、フロイトは隠したかったんですよ。アンナ・Oの話、「アンナ・Oのその後」という話を知っている人、手を挙げてください。

ここに一人もいない？ 本も出てるんですよ。「アンナ・O嬢とナチズム」だなんて題で、文章が少し堅くてね、分かりにくいけど、面白いですよ。ナチ

ズム。アンナ・Oは仮名で、ベルタ・パッペンハイムというのが本名です。この人はブロイアーの患者だったんだけど、ブロイアー先生が話を聞いてあげると、煙突掃除してもらって、すっきりしたって、ヒステリーの症状が軽くなって良くなってきた。ある日、ブロイアーがあなたはもう治ったからもう通院の必要はないというと、また病気が再発したと呼ばれて行ってみたら、先生の子どもを、今、産むところだって、妊娠したなんて本人が口走るわけですね。想像妊娠です。

ブロイアーは身に覚えのないことだし、こんなことが噂になってしまったら自分の職業的な評判にも傷が付くというので、精神病院に送り込むわけです。それで彼女は精神病院に送り込まれたあと、別の人たちの治療をずっと受けるようになるんです。

5年後、アンナ・Oはフロイトの奥さんの幼なじみなんだけど、ウィーンの町でばったり彼女に出会う。そうすると、ヒステリはすっかり収まって元気になっている。精神分析で良くなったのか。いや、そうじゃなかった。

ブロイアーはもう絶対に治らないからって言って諦めて精神病院に入れたわけなんだけど、ベルタ・パッペンハイムは、ある女性解放運動家に出会って、その人といっしょに女性解放運動に携わるようになるんです。自分でも女性解放運動の施設を作るんですよね。そしてナチズムの時代迫害されながら、アウシュビッツまでは行かないで彼女は1936年にガンで亡くなる。フロイトが亡くなる3年前です。

この人は女性解放運動というものを知って、女性の立場がいかに抑圧されているかということを知って、その運動に携わるようになってからヒステリーも消えてしまうし、そればかりでなくて、ヒステリーを起こしていたほかの患者たちまで救うような、そんな側にまわるわけですね。

こういうことは、ずっと隠されていたけど、ジョーンズというフロイトの伝記を書いた人が1953年にこのパッペンハイムは生きていて、その後どういう生活をしたかということをお明かしたわけです。なんて言うのか専門知識を持った、例えば精神分析でなければ治療ができないと考えないでもいいということです。

最近「こころ医者」のすすめを書いているのですが、こころ医者というのは、医師の免許を持たないとできないような仕事ではありません。他人の話を親身になって、「そうか」って聞いてくれる人であれば誰でもできるのです。

ところが話を聞くことが意外と難しい。というのは、人間みんな優越感があって同じ人間という気持ちになかなかない。だから教えてやりたがったりお説教したかったり、そういう気持ちがどこかに湧いてきてしまいます。そうすると聞けないんですね。

一昨日、月曜日にちょっと京都に行って来て、そして、九州から来ていた初歩の少年の相談所か何かの女性に出会いましたが、この人良い印象でね、で、シンナーのことで何かしたときに、「シンナーってそんなにおいしいもの？

先生も、ちょっとやってみたいけれど分けてくれない？」なんてそんなこと言えるんですね、簡単に言える。

「先生は、やめておきなさいよ」なんて、その子どもに言われたりして。それが「若いときにはまだ体力あるからいいけど、先生みたいなのがやったらどうなるか分からないからやめておきなさい、やめておきなさい」なんてね。子どもに言われた。「こんなことを言って話を聞いてくれたの先生が初めてだよ」って言ったそうです。

何て言うのか、雰囲気ですね。孤独な感じでガッと固く固く、ガチガチで一言もしゃべらないと、先生も親にもしゃべらないというような感じになる子どもたちに、ガードを解くようなことがさらっとできるような人がいます。それはやはり、そう簡単にはできない。その人は20年も話を聞いてきた経験がある人だからね。

つまり、これは実際に人間の相談を受けて話を聞いていくうちに次第に身に着けていく技術だと思えばいいじゃないですか。そして、気軽にやること。まあ一種のゲーム、心理ゲームをやっているみたいなものだと思って、このやり方でやって当たったとか、はずれたとか、気軽にやればいいんです。

そのかわり、上手くいったときには、やはりこの上ない喜びを感じます。何ていうのかな、ラグビーの選手がね、もう後ろを見ないでパッと、あの変なボールを投げたら、気配でね。この辺に俺の味方がいるはずだと思ってポッと投げたら、そこに味方がいて、パッとパスを受け取ってゴールしたという。そういうときにスカーッとした気持ちになれる、やったーという気持ちになる。それと同じようにね、患者さんの話をよく聞いて、そして、よくなったときには、そういう気持ちになれるものですよ。

精神科なんて、人間が別の生きた人間を理解できたという楽しみ、この楽しみがなければ続けられる商売じゃないですね。

だから、私はそうやって何人かの人と出会って来ました。直接治療した人ではないけれど、松村春繁が助けた小林哲夫という男がいます。高知の断酒会の会長をやったけど、この人の話す、病気の時代の面白いエピソードがあるから、それを話して終わりにします。

彼はある日酔っぱらって、家に帰ってボタンと寝ころんで、酔いを覚ましていたときに、ちょうど、小学校に上がったばかりの自分の子どもが帰って来た。それで、お習字に使った太いマジックのインキで足の裏に何か書いた。足の裏が冷やっとしたので何か書かれたなと彼は分かる。

ジーッと眠っている振りをしていたら、そこに帰って来た奥さんが見ると、馬鹿って書いてある。足の裏にでっかく「馬鹿」って書いてあるんですね。この時奥さんが息子をたしなめた。「父ちゃんは馬鹿じゃないんだよ。この人は馬鹿じゃないから苦しんでいる」。それが効いたんだよなあ。彼は家族の中で決して孤立しているわけじゃないと悟るんです。

しかし、これが入れ知恵だったんですよね。これは松村春繁のある意味の入れ知恵で、子どもが誘えば、「断酒会なんて、そんな所、恥ずかしくて行けるか」なんて言っているけど、顔を出すようになるであろうって言っていた。それで奥さんに入れ知恵をしていたんですね。それがうまくいった。

それで彼は断酒会に出て行く。出て行くとみんなから暖かく迎えられる。「よく来ましたね、待ってましたよ。よく来ましたね」。そのよく来ましたねという意味が分からない。奥さんが先に行ってみんなを彼を出席させる手段を考えていたからこそ、「よく来たね」って言葉になった。名前までみんなは知っていた。それまで気が付かなかった。

彼はそのせいで私は断酒会に入ったんだと言っていました。そして、彼はその後、松村から後継者として見込まれて、次の断酒会のリーダーになるんだけど、ある例会の日に、司会者が奥さんに発言をさせる。すると奥さんが急に何を思ったか、「うちの亭主は昨日お酒を飲んで酔っぱらって、昔とすっかり同じような状態になって」と言い出したんです。彼は目をむいて、そんなことは絶対ない、なんでこんな嘘をつくかと思って、怖い顔をしてにらみつけているんだけど、奥さんはやめない。

そして、奥さんは何年やめてもまた一杯の酒が入ると駄目かと言って、泣いて泣いて目を腫らしたところで目が覚めて夢で良かったあっていう。それでみんなもほっとして、彼もほっとしたんだけど、ほっとしても収まらない。何分間か、失敗したくせにぬけぬけとそんなこと一切無いような顔をしてここに会長として座っているとしばらくの間思われていたからね。夢でよかったじゃ済まない。

帰りの道々、なんであんなことを言ったのか、おまえが夢に見るということは、俺を心の中ではまだ許していないというだな。口ではあんたの過去は全部許してあげると言っているのに、やはり心の底では許していないんだろうって責めた。奥さん、偉いんだな。言うセリフが良かった。

「あなたね、許すことは出来るの。許すことはできるけれど、忘れることはできないの」。いつまで経ったって、亭主にアル中の時代にいじめられたこと、髪をつかまれ引きずられたこと、「いろんなことを忘れることはできない、しかし、許すことはできる。人間はそういうものなの」。

彼はそれに痺れるわけね。彼は小説家になって、それを書く。なだいなだが小説書けるのなら、俺だって書けるんだって。それがきっかけで小説書くようになったなんて言っています。でも口惜しいがいい小説書いています。高知の方言なんかを使って、とってもいい小説書いています。

でも、こういうなんて言うのか、こういう認識の深さというのはそう簡単に得られるものではない。自分一人では難しい。人の話を聞きながら、利口になれるんです。だからぼくは自民党の議員のような馬鹿なことは言わない。戦争で犯した罪を「許してはもらえる、しかし忘れてはもらえない」。そういう考

えが彼らの頭の中にもちょっとでも入ったら、国際関係もちょっぴり良くなるんじゃないかなあという感じがする。

人の話を聞くのは自分の成長のためにもなる。だから、問題のある人が身近にいたら相談にのってあげて下さい。ただひたすら、そうなの、そうなのと聞いてあげるだけでいいですね。

はい、初めての人は、それだけでいいんですかって。満足に聞けるようになるには一年かかります。その間に学んでいきます。本を読んで学ぶよりはとりあえず人の話を聞いて学びなさいということを最後の助言にして、今日の話を終えることにします。

【司会】：どうも、なだ先生、ありがとうございました。このあと、先生はこちらにもう少しだけいらっしゃいますが、これで今日の「人間関係研究センター春の公開講演会」を終了いたします。本日はどうもありがとうございました。